

Abstrak

Mahasiswa dituntut untuk dapat menyelesaikan studinya dalam waktu yang ditentukan. Selama proses perkuliahan mahasiswa di lingkup UIN Sunan Gunung Djati Bandung memiliki berbagai tuntutan yang tidak hanya berkaitan dengan tugas-tugas di dalam kelas, misalnya mengikuti praktek tilawah dan ibadah, bimbingan tahfidz dengan cara menghafalkan juz 30, atau ujian-ujian lainnya. Adanya hal-hal tersebut dapat membuat mahasiswa merasakan stres akademik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh *psychological capital* dan dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 280 mahasiswa fakultas psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang terdiri dari 223 perempuan dan 57 laki-laki. Alat ukur yang digunakan terdiri dari PCQ-12, MSPSS, dan PASS. Data dianalisis menggunakan analisis regresi linier berganda dengan bantuan *software* SPSS 26. Hasil uji F menunjukkan nilai signifikansi .011, yang artinya terdapat pengaruh simultan dari *psychological capital* dan dukungan sosial terhadap stress akademik mahasiswa fakultas psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Kata Kunci : *psychological capital*, dukungan sosial, stress akademik, mahasiswa.

Abstract

Students are required to be able to complete their studies within the specified time. During the academic process, students within the scope of UIN Sunan Gunung Djati Bandung have various demands that are not only related to tasks within the classroom, such as participating in recitation and worship practices, tahfidz guidance by memorizing Juz 30, or other exams. The presence of these factors can make students experience academic stress. The aim of this research is to examine the influence of psychological capital and social support on students' academic stress. This research employs a quantitative method with a sample size of 280 students from the Faculty of Psychology at UIN Sunan Gunung Djati Bandung, consist of 223 women and 57 men. The measuring instruments used consist of PCQ-12, MSPSS, and PASS. The data is analyzed using multiple linear regression analysis with the assistance of SPSS 26 software. The results of the F-test show a significance value of .011, which means that there is a simultaneous influence of psychological capital and social support on academic stress among students of the Faculty of Psychology at UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Keywords : *psychological capital*, social support, academic stress, students.